

جامعة المرقب

المجلة العلمية

مجلة علمية محكمة تحت مسمى (مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم
الأخرى)

منشورات كلية التربية البدنية – جامعة المرقب

العدد الخامس

(فبراير) 2020 م

هيئة التحرير

م دكتور / ميلود عمار النفر عميد الكلية رئيس التحرير

اللجنة العلمية المحلية

الوظيفة	الجامعة	الاسم	م
رئيساً	المرقب	د. مفتاح محمد ابوجناح	1
عضوا	المرقب	د. خالد محمد الكموثي	2
عضوا	الجبل الغربي	د. عبد الحكيم سالم تنتوش	3
عضوا	الزاوية	د. زياد سويدان	4
عضوا	المرقب	د. عمران جمعة تنتوش	5
عضوا	المرقب	أ. هشام رجب عباد	6
عضوا	المرقب	أ. محمد علي زائد	7

اللجنة العلمية الدولية

عضوا	الجزائر	د. جمال بكباي	1
عضوا	باتنة1/ الجزائر	د. سامية شينار	2
عضوا	العربي بن مهدي ام البواقي / الجزائر	د. سامية ابريغم	3
عضوا	الدكتور يعي فارس المدية / الجزائر	د. يزيد شويعل	4
عضوا	العربي التبسي تبسة / الجزائر	د. رضوان بلخيري	5
عضوا	زيان عاشور جلفة / الجزائر	د. مسعودي ظاهر	6
عضوا	اليمن	د. عبد السلام مقبل الريبي	7

اللجنة الاستشارية

الوظيفة	الجامعة	الاسم	م
رئيساً	طرابلس	د. سعيد سليمان معيوف	1
عضوا	المرقب	د. سليمان الصادق الامين	2
عضوا	الزقازيق / مصر	د. صبري عمران	3
عضوا	روسيا	د. فتحي البشيني	4
عضوا	المرقب	د. محمد جابر	5

ملاحظة

كافة البحوث تعبر عن وجهة نظر أصحابها، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة أو الكلية

جميع الحقوق محفوظة

2020م

التعليمات الخاصة بنظم النشر مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى

طبيعة المواد المنشورة

تهدف المجلة إلى إتاحة الفرصة لكافة المتخصصين لنشر إنتاجهم العلمي في مجال علوم الرياضة والتربية البدنية والعلوم الأخرى، الذي تتوافر فيه الأصالة والجدية والمنهجية العلمية.

وتقوم المجلة بنشر المواد التي لم يسبق نشرها باللغة العربية أو الانجليزية وتقبل

المواد في الفئات التالية:

- البحوث الأصيلة.
- المراجعات العلمية.
- تقارير البحوث.
- المراسلات العلمية القصيرة.
- تقارير المؤتمرات والندوات.

اللائحة التنظيمية:

- 1- أن تكون الدراسات أصيلة ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- تصدر كلية التربية البدنية جامعة المرقب مجلة علمية تسمى (مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى).
- 3- تصدر المجلة بصفة دورية كل-6 أشهر من كل عام.

أهداف المجلة:

- 1- المشاركة في تشجيع حركة البحث العلمي.
- 2- تحقيق إضافة جديدة على الساحة العلمية في المجالات الرياضية.
- 3- نشر وتعزيز الدراسات والأبحاث العلمية الرياضية.

سياسة النشر:

- 1- تختص المجلة بنشر الأبحاث والمقالات العلمية في المجالات الرياضية والتربية البدنية والعلاج الطبيعي والتأهيل الرياضي والأبحاث التربوية والعلوم الأخرى المرتبطة بها.
- 2- يسمح بالاشتراك في المجلة بالأبحاث أو المقالات التي يجربها أو يشترك فيها أعضاء هيئة التدريس أو الباحثين في الجامعة والمعاهد العلمية ومراكز وهيئات البحث العلمي في ليبيا وخارجها.
- 3- تنشر الأبحاث في المجلة وفق الأسبقية دورها بعد تحكيمها وإعدادها في شكلها النهائي وفق شروط النشر والقواعد التي تقرها المجلة.
- 4- جميع الأبحاث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها سواء نشرت أو لم تنشر وإذا تمت الموافقة على نشرها فإن لهيئة التحرير الحق في نشرها في الوقت الذي تراه مناسباً.
- 5- يخضع ترتيب الموضوعات في المجلة لاعتبارات فنية.

شروط ومعايير النشر:

- 1- تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- يقدم الباحث أصل + نسخة على CD + ثلاثة نسخ مطبوعة وعلى وجه واحد فقط وعلى ورق كوارتر مقياس 4A مع ضرورة ترك الصفحات بدون ترقيم.
- 3- تتضمن الصفحة الأولى عنوان البحث، اسم الباحث أو الباحثين ووظائفهم.
- 4- يجب ألا يزيد عدد الصفحات عن 20 صفحة وفي حالة الزيادة عن 20 صفحة يتم دفع مبلغ خمسة دنانير عن كل صفحة.
- 5- يمنح الباحث أو الباحثين نسخة من المجلة مجاناً وفي حالة رغبة الباحث في الحصول على نسخة إضافية يسدد مبلغ خمس وعشرون ديناراً عن النسخة الواحدة.

إجراءات التحكيم:

- 1- تلتزم لجنة المجلة بإشعار الباحث بوصول بحثه وإحالتة إلى هيئة التحرير.
- 2- تتم مراجعة البحوث المقدمة بصورة مبدئية من هيئة التحرير لتقرير مدى صلاحيتها وتمشيها مع سياسة المجلة ويمكن تبعاً لذلك استبعاد بعض البحوث وعدم إرسالها للتحكيم مع ضرورة إبلاغ صاحب البحث بذلك.

- 3- يحال البحث للتقييم من قبل ثلاثة من الأساتذة المحكمين أعضاء اللجنة العلمية الدائمة للتربية البدنية في ليبيا.
- 4- تحال البحوث المقدمة للنشر إلى المحكمين في آن واحد وترفق مع البحث استمارة التحكيم ليقوم كل محكم بملء هذه الاستمارة خلال فترة محددة.
- 5- تعتمد قرارات المحكمين بالأغلبية من حيث القبول أو الرفض من قبل هيئة التحرير.
- 6- تقوم لجنة المجلة بإبلاغ أصحاب البحوث بإجازة بحثهم، ولهيئة التحرير أن تطلب إجراء تعديلات شكلية أو موضوعية بناءً على توصية المحكمين قبل إجازة البحث للنشر.
- 7- تلتزم المجلة بالسرية التامة بالنسبة لعملية التحكيم وأسماء المحكمين.

قواعد عامة:

- تقبل البحوث من خارج ليبيا.
- تسديد الرسوم تحدد من قبل هيئة التحرير أو مجلس الكلية أو مجلس الجامعة.

شروط كتابة البحوث:

- 1- تكتب البحوث المقدمة للمجلة على ورق حجم 4A.
- 2- بالنسبة للهوامش تراعى الشروط التالية:
 - من أعلى 3.5 سم ومن باقي الجوانب 3 سم.
 - خط العنوان الرئيسي للبحث SakkalMajalla حجم 20 Bold.
 - خط الكتابة العربي SakkalMajalla حجم 14 عادي وتأخذ أسماء الباحثين

والعلماء.. Bold

- خط الكتابة الأجنبي Times New Roman حجم 12 Bold.
- خط العناوين Simplified Arabic حجم 16 Bold والعناوين الصغيرة 14 Bold.
- خط العناوين الأجنبي Times New Roman حجم 16 Bold.
- 3- بالنسبة للجداول تكون مفتوحة من الجانبين ومسطرة تحديداً مفرداً أما بداية ونهاية الجدول فيكون التحديد مزدوجاً.

كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين وأصلي وأسلم على خير الخلق أجمعين محمداً النبي الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين..... وبعد.

إنه ليسعدني نيابة عن مجلس الكلية أن أقدم العدد الخامس (فبراير 2020م) من المجلد الأول العدد الخامس من مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى الصادرة من كلية التربية البدنية - جامعة المرقب في صورتها الجديدة لتسهم بجهده وافر في النشر العلمي في مختلف أنشطة التربية الرياضية والبدنية والصحية والفنية والترويحية وبعض العلوم الأخرى المرتبطة باعتبارها رائدة المجالات العلمية المتخصصة على مستوى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بدولة الليبية إيماناً برسالة الجامعة في هذا الصدد مراعية اتسام محتوى المجلة بالتجريب والتطوير والتطبيق في ظل أهداف الجامعات الإقليمية الأمر الذي أصبح ضرورة ملحة في عالم سريع التغيير بابتكارية التكنولوجيا والتقدم العلمي المذهل، حيث حقق العلم وثبة كبيرة في كل المجالات وكان للتربية البدنية نصيباً من هذا التقدم حيث لعب طموح علماءها دوراً أساسياً في الاعتماد على علوم حديثة ليكون منها المنطلق للتقدم.

وقد آلت كلية التربية البدنية بالجامعة على تطوير هذه المجلة حتى تصل إلى المستوى اللائق بالجهود الذي تبذله للنهوض بها بين الجامعات الليبية والعربية والعالمية.

ولا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر لجميع من أسهموا في ظهور المجلة سواء بالنقد البناء أو تقديم المقالات والبحوث والتراجم العلمية ونتوجه إليهم جميعاً لطلب المزيد من التعاون حتى نصل بهذه المجلة إلى المستوى العلمي والفني المتكامل في مجالات أنشطة التربية الرياضية والصحية والتربوية.

عميد الكلية

ورئيس هيئة التحرير

د: ميلود عمار النفر



تأثير برنامج للألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات

محمد عبد العزيز سلامة

1-التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته: -

أن التقدم العلمي الذي يشهده العالم في الوقت الحاضر يعد أحد الأسباب الرئيسة في تقدم الحياة البشرية وفي مختلف مجالاتها ومنها المجال الرياضي، ألا أن هذا التقدم لا يتم ألا من خلال اختيار أفضل البرامج والإمكانيات وتطبيقها مع استمرارية التخطيط العلمي المبرمج الذي يسعى إلى تحقيق أهداف الإنسان ومن ثم الوصول إلى هذا التقدم.

كما تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان من الميلاد حتى البلوغ فهي بمثابة الركيزة الأساسية للبناء السليم والمتكامل للطفل وفي كافة المجالات المهارية والبدنية والمعرفية والنفسية والوجدانية، كما أنها تؤثر على سلوكه وشخصيته بكل إبعادها، إلا أن الاهتمام بتنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال أصبحت من الأمور التي يهتم بها العلم الحديث من خلال العلاقة الوثيقة بينها وبين تطور الإنسان، لذلك فإن هذا الاهتمام يتطلب إعدادا متكاملًا من مرحلة الطفولة المبكرة حتى الوصول إلى أعلى المستويات وفي جميع النواحي العقلية والنفسية والبدنية والحركية والوجدانية.

وبما أن اللعب هو أحد المجالات التي تساعد في بناء شخصية الطفل، وذلك بما يمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وإبداعاته، كما أنه مجالًا غنيًا بالأنشطة التي تشبع حاجة الطفل الملحة للحركة والتأمل والتفكير والإبداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والحركية والنفسية والفسولوجية، إذ إن اللعب يزود الطفل بالخبرات والمعلومات بطريقة تلقائية، فضلًا عن أن التربية الرياضية والحركية نوع من أنواع التربية العامة والتي تسعى إلى تحقيق النمو المتكامل والمتوازن (اجتماعيًا، وعقليًا، ونفسيًا، وبدنيًا) وذلك من خلال النشاط الحركي عن طريق استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة وهو أحد أساليب التربية الحركية وتستخدم لتعليم الأنشطة الحركية من سن السادسة فما فوق وهي ألعاب تتميز بالسهولة في أدائها ويصاحبها الفرح والسرور والتنافس الشريف بين الأطفال.

وبما أن مرحلة الطفولة من المراحل المهمة في حياة الإنسان لما لها من أثر واضح في حياته المستقبلية، وكان لابد من الاهتمام بالمنهج التعليمية التي تساهم إسهامًا فاعلًا في تحقيق النمو المتكامل للطفل بشكل عام من خلال النشاط الحركي الذي تتطور فيه القدرات البدنية والحركية بشكل خاص، وعليه يتطلب من المتخصصين والباحثين الاهتمام بالأطفال والعمل على إعداد مناهج تعليمية تساعد على إكسابهم تلك القدرات.

وبذلك وتكمن أهمية البحث الحالي في أهمية الجانب الذي يتصدى لدراسته، إذ هي محاولة لوضع برنامج تعليمي للألعاب الصغيرة يساهم في مساعدة معلمي ومعلمات التربية الرياضية في نقل مختلف المهام أو الواجبات التعليمية وتوصيلها إلى تلاميذهم من أجل تطوير قدراتهم البدنية والحركية، والتي قد تساعدهم على التفاعل بإيجابية، مما يساهم مستقبلاً في زيادة تطوير تلك القدرات.

2-1 مشكلة البحث:-

تماشياً مع التطورات والتوجهات الجديدة في مرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية كمراحل حرجة في عمر الناشئة ، كان لابد من الاهتمام بالنشاط الحركي والذي هو جزء لا يتجزأ من المنهج العام لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية ، وأن تنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال أمر مهم في تطوير حياتهم المستقبلية .

ونظراً لخبرة الباحثان في متابعتهم للعملية الدراسية من خلال درس التربية الرياضية في المدارس وعدم إعطائه الاهتمام الكافي في إشباع رغبة التلاميذ في اللعب ، إضافة إلى قلة البحوث التي تتناول تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لهذه المرحلة العمرية، الأمر الذي دفع الباحثان إلى إيجاد حلاً لهذه المشكلة من خلال اعتمادهما على إعداد برنامج للألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات.

3-1 أهداف البحث:-

- 1- إعداد برنامج للألعاب الصغيرة لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات.
- 2- التعرف على تأثير برنامج للألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات.

4-1 فروض البحث:-

- 1- هنالك فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات.
- 2- هنالك فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديّة لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات.

5-1 مجالات البحث:-

- 1-5-1 المجال البشري:- تلاميذ مدرسة الهدف الابتدائية للبنين، الصف الثالث الابتدائي بعمر (8-9) سنوات في مركز محافظة بابل.

3-5-1 المجال الزمني:- المدة من (2012/10/4) ولغاية (2012/12/18).

3-5-1 المجال المكاني:- الساحة الخارجية لمدرسة الهدف الابتدائية للبنين.

2-الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

1-1-2الدراسات النظرية:-

1-1-2الألعاب الصغيرة :-

1-1-2 مفهوم الألعاب الصغيرة :

(هي ألعاب مختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة ، ويمكن تنفيذها بأدوات بسيطة سهل استخدامها وتدخل التشويق والحماس في دروس التربية الرياضية ، فضلاً عن المتعة التي يكتسبها الفرد من مزاولته إياها)⁽¹⁾

¹ - غسان محمد صادق وفاطمة ياس الهاشمي ؛ الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية،(الموصل ،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1988)،ص121 .

كما أنها (سهلة سريعة وغير معقدة لا يشترط فيها زمن أو عدد الأفراد أو مساحة أو مكان اللعب ويمكن إن يمارسها الأطفال والشباب والكبار لأنها تجلب لمن يمارسها السرور وعدم التوتر)⁽¹⁾. وتهتم الألعاب الصغيرة بتطوير الفرد خلال مراحل نموه وتسمح له باستثمار الفرص المناسبة لتنمية استعداداته وقدراته، فضلا عن إشباع حاجاته الأساسية البدنية والحركية والعقلية والنفسية)⁽²⁾، كما تعد هذه الألعاب نشاطا للمستويات العمرية كافة ولها أغراض متعددة شأنها شأن جميع الفعاليات الأخرى التي تمارس في مجال التربية الرياضية، وان المعيار الحقيقي للحكم على الالتزام بهذه الأغراض يرتبط بواقع أهداف كل لعبة من الألعاب الصغيرة، وان هذه الأغراض هي (النمو البدني والحركي والعقلي والعلاقات الإنسانية والصحة الجسمية والنفسية)⁽³⁾.

وتعرف الألعاب الصغيرة بأنها "العاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف في نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرنة والبساطة"⁽⁴⁾.

أنواع الألعاب الصغيرة :-

هنالك وجهات نظر متعددة تحاول تقسيم (الألعاب الصغيرة) إلى مجموعات متجانسة بالرغم من تعدد أنواعها ومجالاتها مما لا يدخل تحت حصر أو تحديد. وعموما لا يوجد لدينا-الآن-تقسيم مثالي لأنواع متعددة للألعاب الصغيرة ولكننا نحيد وجهة نظر (ديبلر) رئيس قسم الألعاب بمعهد (ليزج) بألمانيا الشرقية في تقسيمه للألعاب الصغيرة إلى عدة مجموعات متجانسة تختلف عن غيرها بالنسبة لتأثيرها التربوي والتعليمي وبالنسبة لطبيعة نشاطها إلى ما يلي:-⁽⁵⁾

- 1-العاب الغناء:-وتحتوي على الألعاب التمثيلية والالعاب الرقص بمصاحبة الغناء.
- 2-العاب الجري:-وتشتمل على العاب السباقات والتتابعات، والالعاب المسك واللمس والمطاردة،والعاب البحث عن المكان.
- 3-العاب الكرات:-وتحتوي على مختلف العاب الكرات تسعى لتعليم الرمي واللقف ودقة التصويب، أو تجنب وتفادي الإصابة، والالعاب الكرات لإصابة المرمى أو للوصول بالكرة إلى علامة معينة.
- 4-العاب القوى والرشاقة:-وتشتمل على العاب المنازلات والشد والدفع والجذب والمفاداة والالعاب التوازن.
- 5-العاب تدريب الحواس:-وتتكون من الألعاب التي تهدف لتدريب ودقة الملاحظة وسرعة الاستجابة(رد الفعل)والانتباه والى ما ذلك.
- 6-الألعاب الصغيرة في الماء:-وهي تلك الألعاب التي تمارس في المياه والألعاب الصغيرة باستخدام القوارب أو معينات السباحة.

1 - وجيه أمين عبد الله ؛ الألعاب الصغيرة والالعاب المضرب نظريات الالعاب(القاهرة، دار الكتب للطباعة والنشر، 1985)،ص15 .

2 - جاسم محمد نايف الرومي ؛ اثر برنامجي الالعاب الصغيرة والالعاب الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لاطفال الرياض، اطروحة دكتوراة(جامعة الموصل ،كلية التربية الرياضية، 1999)،ص25 .

3 - تشارلز بيوكر ؛اسس التربية البدنية(ترجمة)حسن سيد معوض وكمال صالح عبدة ،(القاهرة مكتبة الانجلو، ب ت)،ص172 .

5- عبد الحميد شرف: التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق. ط2، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2005، ص147.

7-العاب الشتاء: -وهي الألعاب التي تمارس على الجليد أو العاب التزلق.

8-العاب الخلاء: -وتتمثل في العاب تعقب الأثر والبحث عن الكنز والعباب الهجوم والدفاع والانقضاض.

2-1-2 القدرات الحركية والبدنية: -

تعد القدرات الحركية والبدنية من المواضيع المهمة في المجال الرياضي حيث كانت ومازالت لحد الآن محور نقاش وجدل حول تحديد مكوناتها وكيفية التمييز بينها، فلو أمعنا النظر في القدرات الحركية والبدنية لوجدنا أن بعضها مرتبط بالحالة الفسلجية والبدنية بشكل كبير والبعض الأخر يعتمد على الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من اجل التحكم بالحركة.

وعلى هذا الأساس وضع العالم (كالا هو) القدرات التي تعتمد على الكفاية الفسيولوجية بالقدرات البدنية وتشمل (القوة، السرعة، والتحمل، المرونة) أما القدرات التي لا تخضع إلى التغيير في الحالة الفسلجية وإنما في قدرة التحكم في الحركة وأن هذه القدرة تعتمد على استثمار الإحساس الحركي واستعمال الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من اجل التحكم في القدرات الحركية وتشمل (التوازن، التوافق، الدقة الحركية، الرشاقة، المرونة الحركية).⁽¹⁾

وتعرف القدرات الحركية بأنها "القدرات التي يكتسبها الإنسان من المحيط أو تكون موجودة مثل المرونة والرشاقة والتوازن ويكون التدريب والممارسة أساسا لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية".⁽²⁾

أما القدرات البدنية فتعرف بأنها "القدرات التي لها علاقة بالحالة الفسلجية بشكل أساسي فنجد إن السرعة لها علاقة بنوع الألياف العضلية أما التحمل فله علاقة بالجهاز الدوري التنفسي في حين إن القوة لها علاقة بعدد الوحدات الحركية المستثارة والمقطع العرضي للعضلة وأخيرا المرونة لها علاقة بمطاطية الأنسجة حول المفصل لتحديد المدى الحركي للمفصل".⁽³⁾

وتكمن أهمية القدرات البدنية والحركية في أنها الوسيلة التي تمكن الفرد من أداء الحركات بكل ما تحتاجه من قوة وسرعة ومرونة وتوافق، وذلك من خلال الخصائص الوظيفية والحيوية للجسم.

-مكونات القدرات البدنية:-

- القدرة الانفجارية:-

وهي " أعلى قوة ديناميكية يمكن أن تنتجها العضلة أو مجموعة عضلية لمرة واحدة"⁽⁴⁾.

- السرعة الانتقالية:-

ويقصد بها " القدرة على التحرك من مكان لآخر في أقصر زمن ممكن وتقسّم إلى نوعين الجري لمسافة قصيرة والسرعة القصوى في الجري.⁽⁵⁾

-مكونات القدرات الحركية:-

- الرشاقة:-

(1) يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مكتب الصخرة، 2002، ص21.

(2) وجيه محبوب (وأخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي، ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000، ص57.

(3) www. shbabnahda. com

(4) بسطويسي احمد: أسس ونظريات التدريب الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي 1999، ص450.

(5) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: اختبارات الأداء الحركي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994، ص232.

ويقصد بها " القدرة على تغيير اتجاه الجسم أو بعض أجزائه بسرعة " (1) كما إن للرشاقة مكانه خاصة لدى العديد من الصفات البدنية إذ ترتبط بكافة القدرات الحركية فهي قدرة ذات طبيعة مركبة (2) - التوافق: -

يعرف التوافق الحركي بأنه " القدرة على إدماج حركات من أنواع مختلفة في إطار واحد يتميز بالانسيابية والتناسق وحسن الأداء " (3) ومن أنواعه توافق الأطراف والتوافق الكلي للجسم. - الدقة الحركية: -

يعرف لارسون ويوكم الدقة بكونها " قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين، ويعرفها آخرون بكونها التحكم في الانجاز الحركي باتجاه هدف معين " (4) مما سبق يتضح أن الدقة تعني الكفاءة في إصابة هدف معين. - التوازن الحركي: -

يعرف التوازن الحركي بأنه مقدرة الفرد على الاتزان في أثناء الأداء الحركي كما هو الحال عندما يطلب من الفرد المشي على عارضة التوازن (5) 2-2 الدراسات المشابهة

1-2-2 دراسة عظيمة عباس السلطاني (2011). (6)

العنوان: تأثير منهج بالألعاب الصغيرة في تنمية النضج الانفعالي لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي. أهداف الدراسة: -

- 1- إعداد منهج بالألعاب الصغيرة في القسم الرئيسي من الدرس لتنمية النضج الانفعالي لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي.
- 2- الكشف عن تأثير منهج الألعاب الصغيرة في النضج الانفعالي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.
- 3- الكشف عن تأثير منهج الألعاب الصغيرة في النضج الانفعالي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين.

(1) مهند حسين واحمد إبراهيم : مبادئ التدريب الرياضي . ط1، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، 2005، ص340.

(2) مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة ، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص199.

(3) البين وديع فرج : خبرات الألعاب للصغار والكبار . ط2، الإسكندرية، منشأة المعارف، 2002، ص256.

(4) علي جواد سلوم الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة 2004 ، ص152.

(5) احمد عبد الرحمن السرهيد وفريدة إبراهيم عثمان: الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، ط1، الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، 1990، ص175.

(6) عظيمة عباس السلطاني: تأثير منهج بالألعاب الصغيرة في تنمية النضج الانفعالي لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثالث، المجلد الرابع، 2011.

العينة: -طالبات الصف الرابع الإعدادي حيث بلغ حجم عينة البحث في التجربة الرئيسية 180 تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة تضم 30 طالبة.

المنهج: -استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وبأسلوب المجموعات المتكافئة.

أبرز النتائج: -

1-حقق منهج الألعاب الصغيرة للمجموعة التجريبية تطوراً أفضل في النضج الانفعالي ولجميع الأبعاد من المنهج التقليدي المتبع للمجموعة الضابطة وهو ما يشير إلى التأثير الإيجابي للألعاب الصغيرة في تحسن عملية النضج الصحيح والايجابي للانفعال من خلال الأجواء التي توفرها من التعاون والانضباط والمشاركة الاجتماعية.

2-ظهور فروق ذات معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة التجريبية وفي الأبعاد جميعها لتطور النضج الانفعالي ولصالح الاختبار البعدي.

3-أظهرت الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية تفوق المجموعة التجريبية في تطور النضج الانفعالي وفي جميع الأبعاد.

2-2-2 مناقشة الدراسات المشابهة: -

تتفق الدراسة الحالية مع الدراسة المشابهة باستخدام أسلوب الألعاب الصغيرة، فضلاً عن الاتفاق معها من حيث المنهج التجريبي للبحث.

2-2-3 أوجه الاختلاف: -

اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسة المشابهة من حيث حجم العينة إذ بلغ حجم عينة الدراسة الحالية (60) تلميذاً بعمر (8-9) سنوات والدراسة المشابهة بلغ حجم عينتها (60) طالبة في الصف الرابع الإعدادي كذلك اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسة المشابهة إذ اعتمدت الدراسة الحالية تطوير القدرات البدنية والحركية في حين الدراسة المشابهة اعتمدت على تنمية النضج الانفعالي.

3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-3 منهج البحث: -

استخدم الباحثان المنهج التجريبي تصميم المجموعات المتكافئة "وهو نظام لاختبار أو مقارنة بين مجموعتين أو أكثر" (1) ملائمة طبيعة مشكلة البحث المراد حلها.

2-3 مجتمع البحث وعينته :-

تحدد مجتمع البحث بتلاميذ الصف الثالث الابتدائي وبعمر (8-9) سنوات في مدرسة الهدف الابتدائية للبنين في مركز محافظة بابل البالغ عددهم (95) تلميذ للعام الدراسي (2012-2013) وبعد استبعاد التلاميذ المشاركين في التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (20) تلميذ كما تم استبعاد (15) تلميذ لتغيبهم لأكثر من ثلاثة أيام وبذلك أصبح عدد تلاميذ عينة البحث (60) تلميذاً. وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية البسيطة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (30) تلميذ لكل مجموعة وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (63.157%) وهي نسبة مناسبة لتمثيل المجتمع تمثيلاً حقيقياً وصادقاً.

3-3 تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:-

1-3-3 تجانس العينة:-

(1) وجيه محجوب : **البحث العلمي ومناهجه** . بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002، ص315.

ومن اجل ضبط جميع المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث لجا الباحثان إلى التحقق من تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والوزن والعمر وعن طريق استخدام معامل الالتواء وكما هو مبين في الجدول (1).

الجدول(1)

يبين متغيرات (الطول،الوزن،العمر)ومعامل الالتواء

معامل الالتواء	المتغيرات	وحدة القياس	س	ع+	المتغيرات الإحصائية
0.350	الطول	سم	125.445	2.698	124.50.
0.657	الوزن	كغم	22.574	2.015	21.25
0.511	العمر	سنة	8.416	0.227	8.3

يبين الجدول(1) إن قيم معامل الالتواء تنحصر بين (1) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات أي بمعنى اعتدالية التوزيع الطبيعي لهم.
3-3-2 تكافؤ مجموعتي البحث:-

ومن اجل إرجاع الفوارق إلى العمل التجريبي عمل الباحثان على التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث باختبارات أهم القدرات البدنية والحركية عن طريق استخدام قانون(t) لمتوسطين غير مرتبطين ولعنتين متساويتين وكما هو مبين في الجدول (2)

الجدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبارات أهم القدرات البدنية والحركية

في الاختبارات القبالية

نوع الدلالة الإحصائية	قيمة t المحتسبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المجموعة الاختبارات	ت
		ع ±	س	ع ±	س			
غير معنوي	1.66	0.99	56.89	1.28	57.24	سم	القدرة الانفجارية	1.
غير معنوي	1.26	0.64	11.7	0.66	11.85	ثا	السرعة الانتقالية	2.
غير معنوي	1.24	0.94	10.08	0.61	9.9	ثا	الرشاقة	3.
غير معنوي	1.33	1.28	17.26	1.41	16.93	ثا	التوافق	4.
غير معنوي	0.825	1.27	10.5	0.95	10.33	ثا	الدقة الحركية	5.
غير معنوي	0.939	0.95	7.33	1.017	7.5	عدد	التوازن الحركي	6.

الدرجة الجدولية = (2.00) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (58)

يبين الجدول (2) بان جميع الفروق في اختبارات أهم القدرات البدنية والحركية بين مجموعتي البحث قد ظهرت غير معنوية وذلك لان قيم (t) المحتسبة اقل من قيمتها الجدولية والبالغة (2.00) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(58) مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في هذه الاختبارات.

4-3 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة

1-4-3 الوسائل البحثية: -

1- المراجع والمصادر العربية.

2-الانترنت (شبكة المعلومات الدولية).

3-الاختبار والقياس.

4-استبانة لرأي الخبراء والمتخصصين حول تحديد أهمية مكونات واختبارات القدرات الحركية والبدنية.*

5- فريق العمل المساعد.**

2-4-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة:-

1- ميزان طبي لقياس وزن الجسم.

2-حاسبة الكترونية.

3-ساعة توقيت الكترونية عدد(2).

4-شريط قياس لقياس الأطوال والمسافات.

5-صفارة عدد (1).

6- كرات تنس عدد(5).

7-حبال ومراتب عدد (2).

5-3 تحديد أهم القدرات البدنية والحركية واختباراتها:-

لغرض تحديد أهم القدرات البدنية والحركية واختباراتها قام الباحثان بترشيح مجموعة من القدرات البدنية والحركية وتم عرضها باستمرار استبانة إذ عرض الباحثان استمارة الاستبيان على مجموعة من الخبراء والمتخصصين وبلغ عددهم (9)*** خبراء وبعد جمع البيانات وتفريغها استبعدت القدرات البدنية والحركية واختباراتها التي حصلت على أهمية نسبية اقل من (25) أو اقل من (55.55%) من النسبة المئوية وبذلك يكون عدد القدرات البدنية والحركية واختباراتها المرشحة للتطبيق قد بلغ (6) قدرات و(6) اختبارات .

6-3 التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الخميس 10\4\2012 في تمام الساعة (9) صباحا على عينة من خارج عينة البحث وعددها (20) تلميذا والهدف من هذه التجربة هو التعرف على كافة المعوقات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية ومن اجل التعرف على صلاحية الاختبارات قام الباحثان بإيجاد معامل الثبات وذلك من خلال إعادة الاختبار بعد مرور(7) أيام حيث استخدم الباحثان معامل ارتباط (بيرسون) كما قام الباحثان بإيجاد معامل الصدق والموضوعية وكما هو مبين بالجدول (3).

* ينظر الملحق (1)

** أسماء فريق العمل المساعد

- 1-كريم عبد الزهرة-مدرس مساعد-ماجستير تربية رياضية-مديرية التربية الرياضية والفنية-جامعة بابل.
- 2-علي عطية- مدرس مساعد- ماجستير تربية رياضية-مديرية التربية الرياضية والفنية-جامعة بابل.
- 3-سحر ياسين- م.باحث علمي-بكالوريوس تربية رياضية-مديرية التربية الرياضية والفنية-جامعة بابل.

*** ينظر الملحق (2)

الجدول (3)

يبين المعاملات العلمية ومعامل الثبات ومعامل الصدق ومعامل الموضوعية
وقيمته المحسوبة والدلالة الإحصائية

ت	المعاملات العلمية الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي	معامل الموضوعية	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
1	القدرة الانفجارية	سم	0.83	0.91	0.89	6.31	8.28	معنوي
2	السرعة الانتقالية	ثا	0.87	0.93	0.91	7.84	9.31	معنوي
3	الرشاقة	ثا	0.82	0.905	0.89	6.07	8.28	معنوي
4	التوافق	ثا	0.85	0.92	0.90	6.84	8.75	معنوي
5	الدقة الحركية	درجة	0.81	0.90	0.92	5.86	9.95	معنوي
	التوازن الحركي	عدد	0.85	0.92	0.90	6.84	8.75	معنوي

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) تبلغ (2.10)

7-3 إجراءات البحث الرئيسية

1-7-3 الاختبارات القبليّة :-

قام الباحثان بأجراء الاختبارات القبليّة لأهم القدرات البدنية والحركية في يوم الأحد المصادف (2012/10/14) في تمام الساعة (9) صباحا . وللمجموعة الضابطة والتجريبية .

حيث تضمنت الاختبارات الآتية :- *

1- اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة .

2- اختبار الجري لمسافة 20م من وضع الوقوف .

3- اختبار الجري حول الدائرة .

4- اختبار الوثب العريض من الثبات .

5- اختبار الجري على شكل 8 .

2-7-3 منهج الألعاب الصغيرة :- **

تم البدء بتنفيذ البرنامج بتاريخ (2012/10/15) وأستمر لمدة (8) أسابيع وبواقع (16) وحدة تعليمية أي بمعدل وحدتين كل أسبوع حيث قام الباحثان بادخال الألعاب الصغيرة في القسم الرئيسي فقط من الوحدة التعليمية ، وبلغ وقت الوحدة التعليمية (45) دقيقة أما وقت القسم الرئيسي فقط بلغ (35) دقيقة .

3-7-3 الاختبارات البعدية :-

قام الباحثان بإجراء الاختبارات البعدية بعد إكمال مدة تنفيذ البرنامج وللمجموعتين التجريبية والضابطة في يوم الأثنين (2012/12/15) وفي تمام الساعة (9) صباحا .

* ينظر الملحق(3).

** ينظر الملحق(4).

8-3 الوسائل الإحصائية:-

- 1-النسبة المئوية 0⁽¹⁾
- 2-معامل ارتباط بيرسون .
- 3-الوسط الحسابي .
- 4-الانحراف المعياري.
- 5-معامل الالتواء.⁽²⁾
- 6-اختبار (t) لوسطين حسابيين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين.
- 7-اختبار (t) لوسطين حسابيين مرتبطين (العينات المتناظرة) .⁽³⁾
- 8-الأهمية النسبية .⁽⁴⁾

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لأهم القدرات البدنية والحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:-

لغرض معرفة معنوية الفروق للاختبارات القبليّة والبعديّة لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية وللمجموعتين التجريبية والضابطة، استخدم الباحثان اختبار (T.test) للعينات المتناظرة وكما هو مبين في الجدول (4)

- (1) محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد: الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية . ط1، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001، ص137، 171، 172، 185.
- (2) وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية . الموصل ، دار الكتب، 1999، ص102، 178، 272.
- (3) وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه . بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002، ص234.
- (4) رائد عبد الأمير: نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (5-4) سنوات ،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بابل – كلية التربية الرياضية، 2006، ص65.

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t المحتسبة	الدلالة الإحصائية
				س-	ع±	س-	ع±		
1	القدرة الانفجارية	سم	تجريبية	57.24	1.28	92.6	1.069	14.33	معنوي
2	السرعة الانتقالية	ثا	تجريبية	11.85	0.66	6.63	1.033	12.40	معنوي
3	الرشاقة	ثا	تجريبية	9.9	0.61	6.3	0.651	8.78	معنوي
4	التوافق	ثا	تجريبية	16.93	1.41	8.53	0.955	9.82	معنوي
5	الدقة الحركية	درجة	تجريبية	10.33	0.95	15.53	3.95	9.76	معنوي
	التوازن الحركي	عدد	تجريبية	7.5	1.017	12.05	0.825	17.30	معنوي
1	القدرة الانفجارية	سم	ضابطة	56.89	0.99	76.44	5.00	4.13	معنوي
2	السرعة الانتقالية	ثا	ضابطة	11.7	0.64	8.05	0.686	7.18	معنوي
3	الرشاقة	ثا	ضابطة	10.08	0.94	9.12	4.236	1.12	غير معنوي
4	التوافق	ثا	ضابطة	17.26	1.28	15.60	4.956	1.81	غير معنوي
5	الدقة الحركية	درجة	ضابطة	10.5	1.27	11.71	0.853	1.94	غير معنوي
	التوازن الحركي	عدد	ضابطة	7.33	0.95	8.65	0.967	1.04	غير معنوي

وقيمة (t) الجدولية (2.04) عند درجة حرية (29) ومستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول (4) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبارات القبلي والبعدي ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عدد التلاميذ لكلا منهما (30) تلميذا ففي اختبار القدرة الانفجارية بلغت قيمة (t) المحتسبة ولكل من المجموعتين التجريبية والضابطة وعلى التوالي (14.33)(4.13) وهما أكبر من الجدولية والبالغة (2.04) مما يدل على معنوية النتائج ولصالح الاختبار البعدي ، إما في اختبار السرعة الانتقالية بين الاختبار القبلي والبعدي ولكل من المجموعتين التجريبية والضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة وعلى التوالي (12.40) (7.18) وهما أكبر من الجدولية والبالغة (2.04) مما يدل على معنوية الفروق ولصالح الاختبار البعدي ، إما في اختبار الرشاقة فقد ظهرت معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي حيث بلغت قيمة (t) المحتسبة (8.78) وهي أكبر من الجدولية (2.04). في حين كانت قيمة (t) المحتسبة للمجموعة الضابطة (1.12) وهي أقل من الجدولية البالغة (2.04) وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ، إما في اختبار التوافق فقد ظهرت معنوية النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (t) المحتسبة (9.82) وهي أكبر من الجدولية (2.04) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي ، في حين ظهرت عشوائية الفروق للمجموعة الضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (1.81) وهي أقل من الجدولية (2.04) إما في اختبار الدقة الحركية فقد ظهرت معنوية النتائج للمجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (9.76) وهي أكبر من الجدولية (2.04) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي ، في حين ظهرت عشوائية الفروق للمجموعة الضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (1.94) وهي أقل من الجدولية (2.04) مما يدل على عدم وجود فروق

معنوية بين الاختبارين اما في اختبار التوازن الحركي فقد ظهرت معنوية النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (t) المحتسبة (17.30) وهي اكبر من الجدولية (2.04) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي ، في حين ظهرت عشوائية الفروق للمجموعة الضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (1.04) وهي اقل من الجدولية (2.04) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

2-4 عرض نتائج الفروق بين المجموعتين في الاختبارات البعدية لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية وتحليلها:-

ولغرض معرفة معنوية الفروق للاختبارات البعدية لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، قام الباحث باستخدام اختبار (t) بين عينتين متساويتين (مستقلتين) وكما هو مبين في الجدول (5)

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية لأهم القدرات البدنية والحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحتسبة	الدلالة الإحصائية
			س-	ع±	س-	ع±		
1.	القدرة الانفجارية	سم	92.6	1.069	76.44	5.00	17.02	معنوي
2.	السرعة الانتقالية	ثا	6.63	1.033	8.05	0.686	6.17	معنوي
3.	الرشاقة	ثا	6.3	0.651	9.12	4.226	3.55	معنوي
4.	التوافق	ثا	8.53	0.955	15.60	4.956	7.54	معنوي
5.	الدقة الحركية	درجة	15.53	3.95	11.71	0.853	5.09	معنوي
6.	التوازن الحركي	عدد	12.5	0.825	8.65	0.967	16.31	معنوي

قيمة (t) الجدولية (2.00) عند درجة حرية (58) ومستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة والجدولية للاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة (عينة البحث) والبالغ عددها (60) تلميذاً. فقد أظهرت النتائج معنوية الفروق بين الاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرة الانفجارية ، السرعة الانتقالية ، الرشاقة، التوافق ، الدقة الحركية، التوازن الحركي) .

ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية ، إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة لكافي الاختبارات وعلى التوالي (17.02,6.17,3.55,7.54,5.09,16.31) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.00) عند درجة حرية (58) ومستوى دلالة (0.05)

3-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبالية والبعدية لمجموعتي البحث والاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث :-

فمن خلال مناقشة نتائج البحث التي تم عرضها وتحليلها في الجدولين (5.4) للاختبارات القبليّة والبعديّة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ، وكذلك للاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث، ظهرت هناك فروق معنوية في تطور القدرة الانفجارية والسرعة الانتقالية وللمجموعتين ويظهر هذا واضحا من خلال فرق الأوساط الحسابية للاختبارين مما يدل على إن استعمال الألعاب الصغيرة والمنهج المتبع للصف الثالث الابتدائي تأثرا في تطور القدرة الانفجارية والسرعة الانتقالية للمجموعتين وتطوير (الرشاقة، والتوافق، والدقة الحركية والتوازن الحركي) للمجموعة التجريبية فقط.

ففي اختبار القدرة الانفجارية يعزو الباحثان سبب ذلك التطور ولمجموعتي البحث إن تلاميذ هذه المرحلة يميلون إلى ممارسة الأنشطة البدنية التي تلي دوافعهم ورغباتهم والتي تحسّسهم بذاتهم فوجد إن من أهم شروط التعلم الحركي هو وجود الدافع للتعلم إذ انه " حالة من حالات التوتر الناتجة عن حاجات أساسية تدفع الفرد أو التلميذ لممارسة وتعلم مهارة ما " (1) وإما ما يخص المجموعة التجريبية فيعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى الألعاب الصغيرة لما تتصف به من تطوير فعال للقدرة الانفجارية ، إذ إن التمرينات التي تحتويها مثل (الركض، والقفز، والوثب) واستعمالها بطريقة موجهة كل ذلك أسهم في تطوير هذه القدرة.

وإما ما يخص المجموعة الضابطة فيعزو الباحثان سبب ذلك التطور، إلى احتواء المنهج المتبع للصف الثالث الابتدائي على مجموعة من التمرينات التي أسهمت في تطوير هذه القدرة.

أما في اختبار السرعة الانتقالية فقد ظهر تطور لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ويعزو الباحثان سبب ذلك التطور بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى إن قدرة السرعة الانتقالية هي من الأنشطة التي تتميز بطابع الحركة والمنافسة إذ أنها تلي حاجات التلاميذ في إشباع رغباتهم فضلا عن تحقيقها للمنافسة الشريفة بينهم، إذ استطاع الباحثان إن يوظفان ذلك من خلال الألعاب الصغيرة التي تحمل في طياتها التنافس الشريف وهذا ما يؤدي إلى التطور الحركي حيث أكد (مازن عبد الهادي) على إن "التطور الحركي للتلميذ يأتي من خلال إعطائه الإمكانية الحركية الكافية وكذلك حرية الحركة مع توفير المحيط الذي يطابق رغباته وقناعاته وعند ذلك نكون قد قدمنا التطور الطبيعي للطفل" (2).

إما بالنسبة للمجموعة الضابطة فيعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى ما يحتويه درس التربية الرياضية من ألعاب وتمرينات أسهمت في توفير فرصة للتلاميذ لممارسة النشاط واللعب مما أدى إلى تطوير السرعة الانتقالية.

إما في اختبار الرشاقة فقد ظهر هناك فروق معنوية وتطور الرشاقة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وكما هو مبين في الجدولين (4-5) ويعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى الألعاب الصغيرة من خلال اعتماد الباحثان على ألعاب احتوت على تمرينات تشتمل على (الركض والقفز والدرجة والركض مع تغير الاتجاه) معتمدا على مبدأ التشويق والإثارة مما جعل التلاميذ لا يشعرون بالملل بل أسهم في زيادة الدافعية والرغبة لديهم في أداء هذه القدرة وتطويرها ، فالمنهاج الجيد للتربية الرياضية يتضمن

(1) نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي : مبادئ التعلم الحركي، ط1، العراق، مطبعة، دار ألوان للطباعة والنشر، 2006، ص911،

(1) مازن عبد الهادي احمد : مؤشرات النمو البدني والتطور الحركي لأطفال العراق بعمر (25-36) شهر: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، 1996، ص15-16.

إطارا واسعا يوفر لكل التلاميذ تقريبا فرصة للتعليم والاشتراك في الألعاب الرياضية المختلفة إن كانت فردية أو اجتماعية مختارة⁽¹⁾.

أما في اختبار التوافق فظهر هناك فروق معنوية في تطور التوافق ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وكما مبين في الجدول (4-5) ويعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى إن التلاميذ في هذه المرحلة يفضلون المهارات الحركية المركبة مثل (الركض والوثب، الخطو والحجل بالتبادل) وهذه جميعها تتطلب قدرا من التوافق وهذا يؤكد (عبد الحميد شرف) بقوله " يبدأ في هذه المرحلة تحسن التوافق العصبي العضلي فليس هناك ما يمنع من إعطاء التلميذ بعض الحركات الصعبة والتي تتطلب التوافق بين الأعصاب والعضلات مما يساعد على زيادة تحسن التوافق العصب العضلي"⁽²⁾. وهذا ما اعتمده الباحثان من خلال اعتمادهما على الألعاب الصغيرة التي ساعدت في زيادة تطور التوافق.

إما في اختبار الدقة الحركية فظهر هناك فروق معنوية في تطور الدقة الحركية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي، وكما مبين في الجدول (4-5) ويعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى قابلية التعلم الحركي السريعة للتلاميذ بعمر (8-9) سنوات نتيجة لعمل النضج وطبيعة النمو، وهذا ما يؤكد (شفيق فلاح) بقوله إن "التدريب إذا جاء في الوقت المناسب وهو الوقت الذي يكون فيه الطفل مستعدا من الناحية النضجية للاستفادة والتلقي كان مفيدا وناجحا وأسهم في التطور الحركي عند الطفل"⁽³⁾. كما يعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى فاعلية الوحدات التعليمية فضلا عن تأثير الألعاب الصغيرة لتطوير قدرة الدقة الحركية أما في اختبار التوازن الحركي فظهر هناك فروق معنوية في تطور التوازن الحركي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وكما مبين في الجدول (4-5) ويعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى برنامج الألعاب الصغيرة.

وعند مناقشتنا للنتائج التي تم عرضها وتحليلها في الجدول (5) للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارات القدرات البدنية والحركية ظهرت هناك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا يعني إن استعمال الألعاب الصغيرة، قد حقق تطورا أفضل من المنهج المتبع للصف الثالث الابتدائي، وان سبب ذلك التطور هو فاعلية الألعاب الصغيرة التي تضمنتها الوحدات التعليمية أسهمت في تطوير هذه القدرات وذلك لاحتوائها على تمرينات هادفة أسهمت في إشباع رغبة التلاميذ في الحركة والنشاط وذلك من خلال النشاط الحركي الصحيح الذي أدى إلى التطور الحركي. فمن خلال عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها، تحقق هدفا البحث وفرضياته اللذان وضعهما الباحثان وان الألعاب الصغيرة قد حققت أغراضها في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات.

(2) عباس احمد صالح : طرق تدريس التربية الرياضية . ج2، ط2، جامعة بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص191.

(3) عبد الحميد شرف . مصدر سبق ذكره، ص93.

(1) شفيق فلاح حسان : أساسيات علم النفس التطوري ، ط1، بيروت، دار الجيل، 1989، ص185.

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

1-5 الاستنتاجات:-

- في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:-
- 1- أن استخدام برنامج للألعاب الصغيرة أثر بشكل ايجابي وكبير في فاعلية أداء التلاميذ. الأمر الذي أدى إلى تطوير القدرات البدنية والحركية موضوع البحث.
 - 2- أن النتائج التي حققتها الاختبارات أثبتت صلاحية الوحدات التعليمية التي أعدها الباحثان من خلال التطور الواضح في أهم القدرات البدنية والحركية.
 - 3- حقق برنامج الألعاب الصغيرة تطوراً أفضل من المنهج المتبع في الصف الثالث الابتدائي وبذلك تحققت الأهداف والإغراض التي وضعت من أجل تحقيقها.
 - 4- إن القدرات الحركية (الرشاقة، التوافق، الدقة الحركية، التوازن) لا تحظى بالاهتمام الكافي خلال تطبيق درس الرياضة في المدارس الابتدائية.

2-5 التوصيات:-

- في ضوء ما تقدم من نتائج يوصي الباحثان بما يأتي:-
- 1- اعتماد الألعاب الصغيرة في برامج درس التربية الرياضية للمدارس الابتدائية لما لها من تأثير ايجابي في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية للتلاميذ بعمر (8-9) سنوات .
 - 2- من الضروري إعادة النظر في مناهج المدارس الابتدائية لكي تسهم بشكل كبير في تطوير القدرات البدنية والحركية عند التلاميذ.
 - 3- الاهتمام بتدريب (الرشاقة، التوافق، الدقة الحركية، التوازن) لان هذه القدرات ضرورية ومهمة لبناء القاعدة الأساسية لأي فعالية رياضية.
 - 4- إجراء بحوث مشابهة لمعرفة مستوى اللياقة الحركية لتلاميذ المدارس الابتدائية بين المركز والإطراف في محافظة بابل.

المصادر العربية والأجنبية:

- الين وديع فوج : خبرات الألعاب للصغار والكبار . ط2، الإسكندرية، منشأة المعارف، 2002.
- بسطويسي احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1999 .
- تشارلز بيوكر: أسس التربية البدنية (ترجمة) حسن سيد معوض وكمال صالح عبدة ، (القاهرة مكتبة الانجلو.
- جاسم محمد نايف الرومي ؛ اثر برنامجي الالعاب الصغيرة والالعاب الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لاطفال الرياض، أطروحة دكتوراه، جامعة الموصل ،كلية التربية الرياضية ، 1999.
- رائد عبد الأمير: نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات ،رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل – كلية التربية الرياضية، 2006.
- شفيق فلاح حسان : أساسيات علم النفس التطوري ، ط1، بيروت ، دار الجيل، 1989.
- عباس احمد صالح : طرق تدريس التربية الرياضية .ح.2، ط2، جامعة بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000.

- عبد الحميد شرف: التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق. ط2، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2005.
- علي جواد سلوم الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة، 2004.
- غسان محمد صادق وفاطمة ياس الهاشمي : الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1988.
- مازن عبد الهادي احمد : مؤشرات النمو البدني والتطور الحركي لأطفال العراق بعمر (25-36) شهر: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، 1996.
- محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد : الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية ط1، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001 .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: اختبارات الأداء الحركي. القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة ، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001 .
- مهند حسين واحمد إبراهيم : مبادئ التدريب الرياضي . ط1، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، 2005 .
- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي : مبادئ التعلم الحركي ، ط1، العراق، مطبعة، دار ألوان للطباعة والنشر، 2006.
- وجيه أمين عبد الله ؛ الألعاب الصغيرة والعاب المضرب-نظريات الألعاب، القاهرة، دار الكتب للطباعة والنشر، 1985.
- وجيه محجوب(وأخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي. ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000 .
- وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه . بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002.
- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية . الموصل ، دار الكتب ، 1999 .
- يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد، مكتب الصخرة، 2002.

- www.childhood.gov.sa/vb/archive/imdex

- www.shbabnahda.com

- www.diwami.alazraq.com

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
18 - 1	دراسة تحليلية لأنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً لدى لاعبي ولاعبات الجودو العرب	جلال محمد عبد الفتاح أنور عبد العظيم هنيدي نبيل صالح دراويل	1
51 - 19	مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	. فتح الله لأمين عبد العزيز . عبد الودود احمد خطاب . أمجد علي فليح	2
66 - 52	الكفايات التدريسية لدي معلمي ومعلمات التربية البدنية بمدينة بنغازي	يحي محمود ملموم . ايمان فرج بشير عطية صالح عبد الرسول	3
82 - 67	بعض مشكلات التدريب الميداني التي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الخمس	أحمد علي إبراهيم إبراهيم أبو زيد الدويبي أنور عبد العظيم هنيدي	4
92 - 83	نسبة مساهمة القدرات الحركية والروح الرياضية في دقة أداء المهارات الدفاعية لدى لاعبات الكرة الطائرة	. ميلود عمار النفر . مصطفى محمد العويمري	5
110 - 93	الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدواني للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم	عباس مهدي صالح د. ميلود عمار النفر م.م. محسن محمد حسن	6
131 - 111	الاغتراب عن الذات وعلاقته بمركز الضبط لدى طلبة الثانوية العامة بمدينة الخمس	فتحية إمحمد علي أحليبي	7
159 - 132	برنامج مقترح للتمرينات العلاجية وأثرها في إعادة تأهيل مفصل الكاحل بعد إصابته بالالتواء	هشام رجب عباد	8
170 - 160	برنامج رياضي ترويجي لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المرقب للعام الدراسي 2019-2020	ميلود عمار محمد عبد القادر الشاذلي الكراتي	9
186 - 171	تأثير برنامج للألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات	محمد عبدالعزيز سلامة	10
195 - 187	"دور مصر في دعم الثورة الجزائرية 1956-1962" العجليات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ	عادل الزوام سالم عبيد . محمود عبد المجيد مجبر	11

196 – 211	تأثير استخدام التدريب المتقاطع في تطوير الكفاية البدنية الخاصة بالسباحة عند النبض	تجديدة ابوسيف ليلى العارف	12
212 - 225	أثر اللغة العربية في لهجات شرق إفريقيا وتأثيرها بها اللغة الحبشية إنموذجا	عبد السلام عبد الحميد أبو القاسم	13
226 - 245	الصعوبات التي تواجه لاعبي الكرة الطائرة في الأندية الليبية	خالد الهادي الكموشي فتحي رجب همل	14
246 - 261	الميل نحو أنشطة درس التربية البدنية لدى تلاميذ وتلميذات الصف الثامن (الخمس)	ميلود عمار النفر أحمد علي محمد بن إبراهيم محمد عبد الحفيظ النجار	15
262 - 273	الزخرفة الإسلامية ومكانتها في التربية الفنية والتذوق الفني	حسين ميلاد ابوشعالة	16